



Утверждаю
Начальник лагеря дневного пребывания
«Родничок»

А.Н. Халиманова
2023 г.

Меню
« 02 » июня 2023г.

7-11 лет

№ п\п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 2								
ЗАВТРАК	Омлет	150	14,82	20,40	9,52	280,98	569	40,75
	Икра кабачковая (или икра промышленного производства)	90	0,62	2,62	3,96	41,15	57	11,47
	Какао с молоком	200	4,14	3,66	12,76	101,54	240	12
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,69
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	1,17
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		506	22,87	27,36	60,15	580,71		68,08
ОБЕД	Рассольник ленинградский 1 вариант	200	1,92	5,72	15,14	120,46	76	8,79
	Котлеты мясные	90	12,65	9,41	13,94	189,07	282	41,83
	Капуста тушеная (гарнир)	150	3,78	4,54	13,23	108,98	336	20,64
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2	6,51
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,69
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	1,17
	Компот из свежих плодов	180	0,18	0,18	18,77	78,64	348	3,96
	Кондитерское изделие (печенье/вафля)	21	1,47	2,48	16,25	90,68	151	3,28
	Мороженое Пломбир	80	5,04	4,50	8,46	94,5	384	52,91
ИТОГО ЗА ОБЕД		847	28,81	27,51	121,5	848,37		141,78
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1353	51,68	54,87	181,65	1429,08		209,86

Повар

с.с.ф.